

Thank you

こどもワークショップ

おえかき書道で ありがとうを伝えよう



大好きなお父さんお母さんへ
ありがとうの気持ちをカードにして届けよう

日時：令和7年5月3日(土)
①13:00~14:30
②15:00~16:30

場所：ボランティアルーム
定員：各回 6名
対象：小学生～(低学年の子どもは親同伴)
参加費：500円
持ち物：筆ペン(軟筆)
講師：糀 清美 お絵描き書道家
申込：4/3(木)
10時より来館またはお電話にて

2025年度(令和7) 定期講座

第1火	ママと赤ちゃんのためのゆったりヨガ	10:00~11:30
第1木	ふれあい中川元気倶楽部	13:30~15:00
第1・第3土	囲碁将棋開放デー	9:30~14:30
第2月	赤ちゃん会	10:00~11:00
第2月	みんと	13:00~15:30
第2・第4水	なかなかサロン	13:00~14:30
第2木	傾聴サロン You&Me	13:30~15:30
第2金・第4月	ほっとカフェ中川	9:30~14:30
第2土	ラジオ体操&レクダンス	10:00~11:30
第3火	おとカフェ	14:00~15:30
第3水	シング・シング・シング	13:30~15:00
第3木	タンポポひろば	10:30~11:30
第3金(偶数月) *但し4月なし	なかかけあ音楽セラピー	13:30~15:00
第3金(奇数月) *但し4月あり	なかかけあ元気体操	13:30~15:00
第3日	みんなでポッチャ	9:30~11:00
第4木	中川健康麻雀サロン	13:00~16:00
第4木	介護者のつどい(ケアラースカフェ中川)	13:00~14:30

おとカフェ

～学びと語らいの大人カフェ@中川～

人生のセカンドステージを迎えた女性を対象にした、『体験講座+交流』を楽しむ地域の居場所サロンです。

第2回

都筑産小麦のスワッグづくり

都筑区に小麦畑があることをご存じですか？
小麦の茎を使ったスワッグづくりと、
小麦畑での活動についてもお話頂きます。

日程：令和7年5月20日(火)
時間：14:00~16:00(お部屋は17:00まで開放)
場所：ボランティアルーム
対象：10名
参加費：800円
材料費：1500円(スワッグ代として別途必要)
講師：中 聡美氏
NPO法人 | LOVE つづき ヨコハマ小麦部
申込：4/15(火)10時より電話または来館にて



なかケアカレッジ第1回

いつかのために知っておきたい
高齢者住まいの基礎知識

日時：令和7年5月20日(火)10:00~11:30
場所：多目的ホール
対象：20名 参加費：無料
講師：ロイヤル介護入居相談室 そごう横浜店
高橋 知裕氏 小幡 真理子氏
申込：電話または来館にて



なかかけあ ♣ 元気体操

～ ちょっとして 転倒予防 ～

日時：令和7年4月18日(金)13:30~15:00
場所：多目的ホール
対象：概ね65歳以上 参加費：無料
持ち物：上履き・水分補給の飲み物
申込：電話または来館にて





中川地域ケアプラザ イベントカレンダー

対象・・・★地域一般 ◆高齢 ✿障がい ☆子育て 申要申込 参参加費あり 持持ち物あり

月	火	水	木	金	土	日
1日 貸館抽選会 9:30~ ※電話での仮申込み 11:30~	1 ☆ママと赤ちゃんのための ゆったりヨガ 申 参 持 10:00~	2	3 ★お絵描き書道 申 参 持 ①9:30~ ②10:50~	4 3日 ★ふれあい中川 元気倶楽部 申 持 13:30~	5 ★囲碁・将棋 開放デー 9:30~	6
7	8	9 ★なかなかサロン 参 13:00~	10 ✿傾聴サロン You & Me 13:30~	11 ★ほっと カフェ中川 参 9:30~	12 ★ラジオ体操 &レクダンス 持 10:00~	13
14 ☆赤ちゃん会 10:00~ ✿みんと 参 13:00~	15 ★おとカフェ なかがわ 参 14:00~	16 ★シング・シング・シング 参 13:30~	17 ☆タンポポひろば 10:30~ 「うちあそび」です	18	19 ★囲碁・将棋 開放デー 9:30~	20 ★✿ みんなで ポッチャ 9:30~
21	22	23 ☆ママのための アロマ講座 申 参 10:00~	24 ◆中川健康 麻雀サロン 12:45~ ★介護者の つどい 13:30~	25	26	27 全館清掃日
28 ★ほっと カフェ中川 参 9:30~	29	30				

4月 情報ラウンジ作品展のご案内

心が軽くなる
お絵描き書道展



心がほっこりする
作品ばかりです
ご来館
おまちしています

お絵描き書道家

糀 清美 氏

社会福祉法人若竹大寿会

横浜市中川地域ケアプラザ

住所：〒224-0001 都筑区中川1-1-1



HP

TEL：045 (500) 9321

受付時間：9:00~18:00 (日曜、祝日：9:00~17:00)

休館日：毎月最終日曜日・年末年始

担当地区：大棚町・大棚西・牛久保東・牛久保西・牛久保
牛久保町・中川・中川中央・あゆみヶ丘



LINE



Instagram

※ご来館での
ご相談は
事前にご連
絡ください

